

火曜コース	提出日	⇒	配送日
	10/7		10/14

金曜コース	提出日	⇒	配送日
	10/10		10/17



H-Farm公式LINE

※ご注文の締切りは、★火曜コース⇒木曜日のAM10時まで ★金曜コース⇒月曜日のAM10時まで
※土曜日と日曜日は休業日となります。平日の電話対応は9：00～17：00までとなります。

発酵食品の健康パワー「味噌汁特集」 毎日の食卓にお味噌汁を！



皆さん、毎日お味噌汁を食べていますか？日本人の昔ながらの朝食にはお味噌汁がつきものです。室町時代から庶民の食卓に登場したと言われているほど、お味噌汁は日本人には欠かせないものです。発酵食品である味噌は体にもとてもいいですし、お味噌汁にはいろんな野菜、豆腐、わかめ、様々な具材と一緒に摂れるという大きな利点もあります。皆さん、美味しい味噌汁を作ってください。

松合食品 松合食品は自然と健康、安全な食を求めて、原料にも厳しいこだわりをもち、有機生産者グループと契約し有機無農薬農法で栽培した物を原料にしています



人気No1 無農薬麦みそ2kg

契約栽培の阿蘇産無農薬大豆、熊本産無農薬裸麦、ミネラル豊富な天日塩を使用して醸造しました。麦味噌ならではの芳香と旨みが食欲をそそります。

3205 無農薬麦みそ
2kg 2038円(税込) 20円引

無農薬玄米合わせみそ 500g

契約栽培の熊本県産無農薬玄米・無農薬裸麦・阿蘇産無農薬大豆、ミネラル豊富な天日塩を使用して醸造しました。玄米の力あふれる健康をお届けします

3204 無農薬玄米合わせみそ
500g 1006円(税込) 10円引



2044 阿波屋だし
80g×30 1983円(税込) 20円引



「阿波屋だし/松合食品」厳選した原料素材を配合しました

焼きあご(長崎県産)、かつお節(鹿児島県産)、いわし煮干し(九州産)、昆布(北海道産)を配合し、自社醸造のしょうゆ諸味と熊本の伝統酒「赤酒」を使用し、コクと旨みをより一層引き立てました。

ー「阿波屋だし」の使い方ー

- ①鍋に水と阿波屋だしパックを入れます。(基本だし…1パックにつき水400cc)
- ②火にかけ、沸騰後3～4分煮出します。
- ③阿波屋だしパックを取り出して、出来上がり。

◆野菜炒め・チャーハン・お好み焼きなどには、パックを破って調味料としてお使いいただけます。

全品特価！「やすきのお豆腐」

体にいい手づくりの豆腐を、たくさんの人に食べてほしい。伝統に培われた職人の技術と妥協しない素材選び、自然と寄り添う「ものづくり」を今も昔も変わらず大切にしている、とうふ処やすきのこだわりの商品たちです。



1414 ひのくに地豆腐 木箱
140g×2 172円(税込) 5円引



1415 ひのくに地豆腐 絹
140g×2 172円(税込) 5円引

きのこ類 全品5円引！



3190 エリンギ

100g 138円(税込) 5円引

3191 えのき

100g 116円(税込) 5円引

3195 有機生しいたけ

100g 220円(税込) 5円引

3197 有機生ヒラタケ

100g 242円(税込) 5円引

3199 有機生タモギタケ

100g 270円(税込) 5円引

1年に1回「井筒生ワイン予約」



予約注文 12月上旬配送

5852 井筒生ワイン(赤)
720ml 1994円(税込)

5854 井筒生ワイン(白)
720ml 1994円(税込)

「H-farm 月に1度の予約注文」



本田さん/H-farmから月に1度の予約注文です！自前の無農薬野菜をつかったいろんな加工品が登場です！ぜひお試しください。

わが家の畑から収穫した農業や化学肥料を使わずに育った季節の元気な野菜や、こだわって作られた調味料や材料を使い作ります(本田)



☺ 今朝は月に一度の仕分け当番です。年を重ねての当番ですから出来る限り足をひっぱらないようにしています。今年夏、秋に思いのほか雨が早く草にとって条件がよく、刈ったかと思えばすぐ伸びて草との戦いです。みかんの方も雑柑はいっぱいですが、早生温州はいまいちです。10月頃から出荷が始まると思います。暑い日が続きますが体調に留意して頑張ってください。暑さも彼岸まで！！ですから

..9/23 網田町・本田一幸..

☺ 最近 水田にイノシシが侵入して電柵の高圧線のチェックを頻繁にしています。小ぶりのイノシシのよう地面と線の隙間の狭いところを探し出して入ったようです。集落の他の人達の水田にも侵入されています。いよいよ粟の収穫が終わりになると今度は水田が狙われます。毎年のことながら朝起きて水田を見に行くのが心臓に悪いです。彼岸花の満開に近づいてきれいだと思うのですが 獣害防止には2日ほどで花の茎が成長し 電柵の線に接触して漏電してしまうのでとても厄介です。なんとかあと10日ほど守られ収穫にこぎつけたいと思う今日この頃です。

..9/23 御船町・高丸和彦..

☺ 今日休みの為、長女、次女とまわります。さて、先日、会の野菜を扱ってもらっている帯山の「Uncleさかい」さんと食事しました。有機など食材にこだわったお店でとても美味しかったです。一皿ことのビックリでした。ぜひ行ってください。今日いっしょにまわる長女です！おつたいをがんばってちゅうもんしょをくばりたいです！次女のまきです。ピンポンおすのをがんばります。

..9/23 合志市・高山健也..

生産者だより(9/22 ラインメッセージより)



まだまだ暑い日が続いていますね、昨年より雨が降るので 野菜は元気に育っています。今届けていますオクラとキュウリとやがて届けられるインゲンです、これから春まで届けたいネギ、生姜、里芋です。竜巻や台風が来ないことを願い、皆さんに良い状態で届けられる様にしっかり手入れしていきます。

古庄農園

～行事予定～

・ケース洗いに行こう！

10月 4日(土) 9:00～熊本いのちと土を考える会事務所

野菜・果物だより

今年のレンコンは豊作です！

「レンコンの美味しさを活かす洗い方」

レンコンの美味しさを活かすには、切る前によく洗い、切ってからは洗わないようにします。また、節に栄養がいっぱいあるので、節(薄く切ってキンピラや煮物にも無駄なく使い切りましょう。



「材料」

蓮根 じゃが芋
玉ねぎ ベーコン
塩 コショウ
酢

ジャーマンレンコンお酢入り さっぱりしていて冷めても美味しい

- ① 蓮根、じゃが芋は5mmくらいの薄切り、ベーコンは細切り、玉ねぎは薄切りにする。
- ② 鍋にお湯を沸かし、じゃが芋と蓮根を茹でる。
- ③ フライパンでベーコンを炒め、火が通ったら玉ねぎを入れしっかり炒める。
- ④ 茹であがった蓮根とじゃが芋の湯を切り、③のフライパンに入れ、塩、コショウをして炒める。
- ⑤ 仕上げに酢をまわしかける(酢の量はお好みで。沢山入れた方がおいしい)

「レンコンのはさみ揚げ」

「材料」 蓮根、 豚ミンチか鶏ミンチ、 塩、 コショウ、 酢

- ① レンコンは5mmの輪切りにし、内側にするほうの面に小麦粉をふる。
- ② ミンチに塩、コショウ、小麦粉を入れてよく練る。
- ③ レンコン2枚で②のミンチタネをはさみ、全体に小麦粉をまぶして油で揚げる。

※レンコンの穴に詰めて天ぷらにしても美味しくできる。

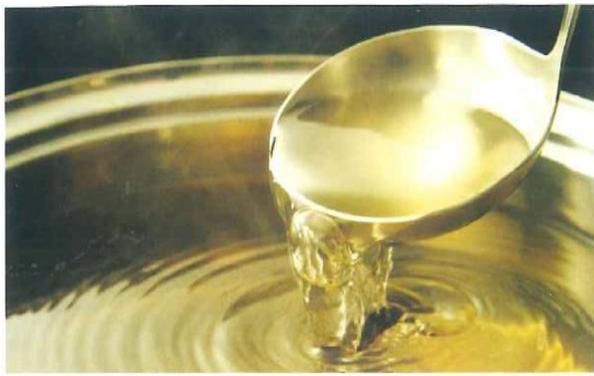
※エビを細かくたたいたものをはさんでも美味しい。

続野菜だけ？より

「レンコンボール」

「材料」 蓮根、 人参、 玉ねぎ、 小麦粉、
塩、 パン粉、 油

- ① レンコンを皮ごとすりおろし、人参、玉ねぎはみじん切りにする。
 - ② ①に小麦粉、塩を加えてよく混ぜ合わせる。
 - ③ 水分があってもそのまま小さく丸めて、パン粉の上で転がしてパン粉をつけ、油で揚げる。
- ※ポン酢醤油を食べるとおいしい。



商品 0777

阿波屋だし

内容量: 240g(8g×30袋)

小魚の骨まで
まるごと使用

2,268円(税込)



クリスタル賞

平成28年の「肥後もっこすのうまかもん人気投票」にて「クリスタル賞」を受賞しました。

特長1 厳選した原料素材を配合しました。



かつお節(鹿児島産)
豊かな香りを持ち、味の中心となるものです。



いわし煮干し(九州産)
ほのかな甘みとすっきりとしたうまみがあります。



羅臼昆布(北海道産)
濃厚なうまみとコクを生み出します。



焼きあご(長崎県産)
臭みがなく、上品なうまみがあります。

特長2 自社醸造のしょうゆ諸味と熊本の伝統酒「赤酒」を使用し、コクとうまみをより一層引き立てました。

「阿波屋だし」は
このようにして生まれました。
私どもは医食同源のコンセ
プトのもと、「一日一杯具だ
くさんの味噌汁は健康の源」
と考えます。
そこで、毎日の味噌汁は
もちろん、様々なお料理に手軽
にお使いいただける「阿波屋
だし」を開発いたしました。
皆さまのお料理をさらに美味しく
するお手伝いができれば、
心から嬉しく思います。

大豆たっぷり☆呉汁(ごじる)4人前

大豆は良質なタンパク質。筋力UP、生活習慣病予防、女性にも嬉しい効果がたくさんあります。毎日食べたい大豆食品のバリエーションに、熊本の郷土料理ともいえる呉汁(ごじる)はいかががでしょうか？クリーミーなお味噌汁はこれだけで食べ応えがあり、満足な一杯です。



材料
大豆(水煮)100g
お好みの野菜や肉適量
厚揚げ適量
味噌大さじ2杯程度
(お好みに調整してください)
阿波屋だし1袋
水400ml

作り方

- ①鍋に水と阿波屋だしを入れて、火にかけます。
- ②具材の野菜や肉、厚揚げなどを食べやすい大きさにカットし、①に入れて具材に火が通るまで煮込みます。(阿波屋だしの袋は、お湯が沸騰してしばらくしたら取り出してください)
- ③水煮された大豆をミキサーにかけて、お好みの粗さにします。
(水分がない場合は、50ml程度のお水を入れてミキサーします)
- ④②の具材に火が通ったら、③を入れて煮立たせ、火を止めて、味噌を解き入れたらできあがり！今回は、具材にカボチャ、ニンジン、しめじ、ニラを使いました。
もちろん市販されている「呉汁の素」を使ってもOK!

松合食品HPよ

青木さんの団子汁

作り方

- ① だしは前日に昆布と干し椎茸を水につけて作っておく。
 - ② だんごは、小麦粉に水を入れ、耳たぶの硬さにこね、1時間ねかせる。
 - ③ 鍋にだしを入れ、野菜を切って入れる。大根・人参は大きめのいちよう切り。ごぼうはななめ輪切り。里芋は皮をこさぎ大き目のいちよう切り。(皮近くに栄養があるため) 白菜はざく切りにし、くきだけをさきに入れる。だしを取った干し椎茸はせん切り。
 - ④ 野菜が煮えたら味噌を入れる。
 - ⑤ ねかせただんごを伸ばしながら5cm位にちぎって入れる。
 - ⑥ だんごが浮いてきたら、白菜の葉と小口切りにしたねぎを入れる。
蓋をして2~3分置いたらでき上がり。
 - ⑦ 好みで、ゆずこしょうを薬味にする。
- ※ 鶏肉を入れたり、薄口しょう油で、すまし仕立てしても良い。

材料

材料	
(だし)	(だんご)
水 1ℓ	小麦粉 100g
昆布 20cm	水 45~50cc
干し椎茸 2枚	
(具)	
大根 13g	里芋 100g
人参 70g	ねぎ 適宜
ごぼう 70g	白菜 好みで
味噌 100g	ゆず胡椒 適宜

豚汁・味噌汁・だんご汁特集！

◆ 伯耆のきのこ園

5円引き！



◆ 北村きのこ園

5円引き！



◆ 内田安喜商店

5円引き！



1001	★元気豚ミックススライス	250g×2	1266円	→ 15円引
1018	★元気豚ミックススライス徳用	250g×4	2459円	→ 25円引
1715	神山鶏 もも	270g	766円	→ 10円引
1716	神山鶏 むね	210g	430円	→ 5円引
1723	神山鶏 ミンチ	200g	576円	→ 10円引
2050	煮干いりこ	100g	540円	→ 10円引
2044	阿波屋だし	8g×30	1983円	→ 20円引
2018	おだし用かつお節粉末	100g	664円	→ 10円引
2019	おだし用混合節粉末	100g	616円	→ 10円引
2008	塩ワカメ	200g	262円	→ 5円引
2045	天然利尻こんぶ	40g	617円	→ 10円引
2022	花かつお削り	100g	451円	→ 5円引
2023	かつおパック(3g×4)×2		413円	→ 5円引
2024	とろろ昆布	40g	341円	→ 5円引
2025	かんてん雪椿(フレーク)	7g	203円	→ 5円引
2027	干しサクラエビ	5g	596円	→ 10円引

2029	あおさ	25g	471円	→ 5円引
2031	国産芽ひじき	20g	242円	→ 5円引
2047	乾燥わかめ	8g	454円	→ 5円引
3205	無農薬麦みそ	2kg	2038円	→ 20円引
3204	無農薬玄米合わせみそ	500g	1006円	→ 10円引
3117	★昭人さんの干し椎茸	70g	1117円	→ 15円引
3119	★昭人さんの干し椎茸(小葉)	50g	597円	→ 10円引
3124	胡参竹水煮たけのこ	120g	400円	→ 5円引
3128	九州産たけのこ水煮	120g	400円	→ 5円引
3129	九州産細切たけのこ水煮	90g	310円	→ 5円引
3193	(板)有機生いもこんにやく	250g	253円	→ 5円引
3127	有機生いも糸こんにやく	250g	286円	→ 5円引
3301	にがり凍み豆腐	48g	391円	→ 5円引
3302	もち麩	25g	330円	→ 5円引
3303	車麩	大6枚	304円	→ 5円引
3009	★小麦粉	500g	470円	→ 5円引

3205 無農薬麦みそ 2kg



契約栽培の農薬・化学肥料・除草剤不使用の裸麦・大豆に自然塩使用。無添加、遺伝子組換原料不使用。人気ナンバー1のみそです。原材料：裸麦(熊本)・丸大豆(熊本)・天日塩

3204 無農薬玄米合わせみそ 500g



契約栽培の農薬・化学肥料・除草剤不使用の裸麦・玄米・大豆が原料。無添加、遺伝子組換原料不使用。バランス良い甘みと旨味があります。原材料：丸大豆(熊本)・裸麦(熊本)・天日塩

今週の特注品

..10/21~24日届け..

☆畑ト台所(本田さん) 予約注文

..10/28..10/31日届け..

本田さんの畑で収穫したお野菜やハーブで作った、パンプキンポタージュスープ、黒にんにく、青一味、グルテンフリーグラノーラココナッツ等

☆井筒「生ワイン予約」

..12月上旬届け..

生のまま瓶詰めしたワインは、濁りや澱、微炭酸、そして体にやさしい酵素も含まれ、フレッシュな味わい、フルーティーな香りが楽しめます。

☆オーサワジャパン

月1回

オーサワの品質基準...無農薬有機栽培優先、食品添加物不使用、特に遺伝子組み換え作物は全商品について一切使用を認めていません。

☆オーサワジャパン「冷蔵品カタログ」

月1回

オーサワジャパンが厳選したおすすめ冷蔵品特集です。ベジ生ラーメンシリーズお試しください！

☆創健社「お菓子・黒にんにく・ジロロモーニ」

月1回

創健社は「不自然なものをつかわない」「やさしい原料をつかう」「いい商品をひろめる」を心がけて商品づくりに取り組んでいます。

♥私のお気に入り商品

..お石灰さんより..

— 私のオススメ商品 —
 [2007] 塩ワカメ
 とてもお求めやすい価格で、毎日の
 お味噌汁に惜しみなく使えて、欠かす
 ことはできません。以前は、ボウルに浸け
 てましたが友人に聞き、さっと塩を洗い流し
 たら、すぐカットし、料理に使っています。

商品についてのお知らせ

◆ 次週(43号)より値上げ

3213 はやさき水にがり 300cc 918円 → 1224円

配送カレンダー（保存版）

2025.10月

日	月	火	水	木	金	土
			1	2	3	4
5	6	7	8	9	10	11
12	13	14	15	16	17	18
19	20	21	22	23	24	25
26	27	28	29	30	31	

2025.11月

日	月	火	水	木	金	土
						1
2	3	4	5	6	7	8
9	10	11	12	13	14	15
16	17	18	19	20	21	22
23	24	25	26	27	28	29
30						

2025.12月

日	月	火	水	木	金	土
	1	2	3	4	5	6
7	8	9	10	11	12	13
14	15	16	17	18	19	20
21	22	23	24	25	26	27
28	29	30	31			

27日(土)は火金コース合同の年末合同配送

2026.1月

日	月	火	水	木	金	土
				1	2	3
4	5	6	7	8	9	10
11	12	13	14	15	16	17
18	19	20	21	22	23	24
25	26	27	28	29	30	31

6日は火金コース合同の七草合同配送

2026.2月

日	月	火	水	木	金	土
1	2	3	4	5	6	7
8	9	10	11	12	13	14
15	16	17	18	19	20	21
22	23	24	25	26	27	28

2026.3月

日	月	火	水	木	金	土
1	2	3	4	5	6	7
8	9	10	11	12	13	14
15	16	17	18	19	20	21
22	23	24	25	26	27	28
29	30	31				

2026.4月

日	月	火	水	木	金	土
			1	2	3	4
5	6	7	8	9	10	11
12	13	14	15	16	17	18
19	20	21	22	23	24	25
26	27	28	29	30		

2026.5月

日	月	火	水	木	金	土
					1	2
3	4	5	6	7	8	9
10	11	12	13	14	15	16
17	18	19	20	21	22	23
24	25	26	27	28	29	30
31						

6日(水)は火コースの配送日です

2026.6月

日	月	火	水	木	金	土
	1	2	3	4	5	6
7	8	9	10	11	12	13
14	15	16	17	18	19	20
21	22	23	24	25	26	27
28	29	30				

2026.7月

日	月	火	水	木	金	土
			1	2	3	4
5	6	7	8	9	10	11
12	13	14	15	16	17	18
19	20	21	22	23	24	25
26	27	28	29	30	31	

2026.8月

日	月	火	水	木	金	土
						1
2	3	4	5	6	7	8
9	10	11	12	13	14	15
16	17	18	19	20	21	22
23	24	25	26	27	28	29
30	31					

2026.9月

日	月	火	水	木	金	土
		1	2	3	4	5
6	7	8	9	10	11	12
13	14	15	16	17	18	19
20	21	22	23	24	25	26
27	28	29	30			

■ 配送日
 ■ 予約米(10kg、5kg) 配送日
 ■ 予約米30kg 配送日

- ・土曜日、日曜日と○の日は事務所休みです。
- ・○ではない祝日は最低人数での出勤となり、電話対応できない場合があります

熊本いのちと土を考える会

記入は赤など目立つ色をお願いします

農産加工品		カレー、シチュー		お茶、紅茶、コーヒーなど		会オリジナルお菓子（大人気!!）		洗濯、台所用、食器洗い、掃除用洗剤		日用雑貨				
3102	★鷹の爪 10g 317円 限定	終	3341	アショカインドカレー手作りセット 52g 625円	3711	★久保さんの麦茶500g 583円	3503	★高丸さんの玄米ぼんせんべい8枚 427円	4001	ハーフの香り液体石けん800ml 1263円	4059	トレットハーフ 太穴芯無6ロール 567円		
3117	★昭人さんの干し椎茸70g 1117円 15円引		3344	中辛植物素材のカレ-フレ-ク135g 540円	3712	★昭人さんのごぼう茶50g 675円	休		4002	詰替・ハーフの香り液体石けん2kg2528円	4061	無漂白コーヒーフィルター2~4人用100枚 623円		
3118	★昭人さんの干し椎茸(スライス)70g 649円	休	3345	辛口植物素材のカレ-フレ-ク135g 540円	3710	★古庄さんのハブ茶(生)500g 735円		創健社のお菓子	4003	ハーフの香り粉石けん1.8kg 1517円	4073	オキシジェン ダストバック4枚 1234円		
3119	★昭人さんの干し椎茸(小葉)50g 597円 10円引		3343	甘口植物素材のカレ-フレ-ク135g 540円	3715	ハト麦茶 400g 561円 かめま		3504	梅エキスキャンディー 75g 430円	4006	クリーン食器洗い乾燥機専用洗浄剤500g 561円	4069	天然蚊取り線香「mone」10巻 471円限定	終了
3124	胡参竹水煮たけのこ120g 400円 5円引		3342	ハヤシルー115g×2 551円 日食	3721	下田さんの釜炒り茶90g 551円		3523	百年はちみつのど飴 51g 551円	4007	アルカリウオッシュ500g 406円地の塩	4070	菊花せんこう(6時間用)30巻1275円	
3128	九州産たけのこ水煮 120g 400円 5円引		3347	コーンシチューフレーク180g 584円	3728	下田さんの釜炒り茶ティ-ハ ック2g×15 661円		3544	黒こしょうおかき 70g 474円	4013	アルカリウオッシュL(香料入)600g 595円	4072	くすの木せんこう14cm×230前後1275円	
3129	九州産細切たけのこ水煮 90g 310円 5円引		3346	植物素材のデミグラスソース120g 540円	3722	下田さんの釜炒り粉末茶50g 551円			4008	クエン酸 300g 505円 地の塩	4062	ムッキーちゃん 1個 498円		
3193	(板)有機生いもこんにやく250g 253円 5円引		梅肉エキス、ハチミツ、ジャム	3725	下田さんの冷茶 6g×10 551円		マルシマのお菓子	4011	くまモンのお掃除重層 600g 337円	4011	くまモンのお掃除重層 600g 337円	4057	オーガニック化粧用コットン8×10g 48枚 503円	
3127	有機生いも糸こんにやく250g 286円 5円引		3318	梅エキス・粒 90g 3540円創健社	3701	紅茶(藤本製茶)3g×10 551円		3558	ひねくれきなこ 96g 341円	4010	ウオッシュ・ウオッシュ液体石けん(無香料)2L 1683円			
3134	きくらげ(熊本産) 20g 510円	終了	3319	梅エキス 90g 3540円 創健社	3702	紅茶7-ルイ(藤本製茶)3g×10 716円			4029	ミセル固形石けん5個 548円 白井油脂		酒類 20歳未満の飲酒は法律で禁止されています		
3301	にがり凍み豆腐国産有機大豆48g 391円 5円引		3224	県産ハチミツ(大)1kg 5211円	3703	岳間茶/蒸し茶(藤本製茶)200g 1296円		サンコーのお菓子	手洗い、浴用、洗顔、シャンプー		料理酒			
3302	もち麩 25g 330円 田辺麩店 5円引		3225	県産ハチミツ(小)600g 3365円	3704	岳間茶得用くき茶(藤本製茶)300g 918円		3540	有機栽培コーヒーゼリー 110g 297円	4021	泡ハンドソープ 300ml 1263円			
3303	車麩 大6枚 304円 マルヨネ 5円引		3320	マーマレード 200g 572円	3737	しょうが湯 20g×5 435円 マルシマ		3553	ミルクキャラメル 180g 441円	4022	詰替・泡ハンドソープ 250ml 821円	3810	特選・料理用自然酒1800ml 3247円	
調味料(ソース、ドレッシング等)			3321	ピーナッツクリーム150g 529円 創健社	3738	花梨はちみつしょうが湯12g×5 501円		3542	野菜スティック 110g 375円	4023	無添加石けん 135g 322円 白井油脂	3811	特選・料理用自然酒720ml 1582円	
3285	ゆずごしょう 40g 429円		3279	メープルシロップ 330g 1598円	3729	パロ・ブランココヒー粉 150g 1013円		3548	ミレービスケット 165g 386円	4024	よもぎ石けん100g×4 1068円 地の塩		オリジナル焼酎「いのちの雫」 ゆうきスター米使用(佐藤真実さん)	
3286	練りからしチューブ49g 397円		宮崎県産 国産ごま(無農薬)	3732	有機バスタコヒー(瓶入)100g 1697円		3520	小倉ようかん 58g 176円	4025	フラワーガーデンC 85g×3 673円 地の塩				
3287	生おろしわさびチューブ40g 452円		3335	煎り黒ごま(宮崎) 30g 536円	3733	有機バスタコヒー(詰替)80g 1410円		3535	ポテトチップス(しお味) 58g 220円	4026	炭石けん 100g 839円 地の塩	3803	★いのちの雫 原酒43度720ml 2805円	
3271	焼き肉のたれ 350g 738円 ヒカリ		3336	煎り金ごま(宮崎) 30g 536円	3735	こんぶ茶 80g 711円 健康フーズ		3514	のりのり揚げ餅 40g 242円	4030	ちのしおべびー泡の全身ソープ 330ml 931円 限定	3805	★1箱いのちの雫原酒43度×12本 32799円	
3265	ウスターソース360ml 451円ヒカリ		3337	すり黒ごま(宮崎) 30g 551円		光食品のジュース類		3518	牛乳かりんとう 100g 275円	4031	詰替・ちのしおべびー泡の全身ソープ 280ml 505円	3804	★いのちの雫 25度 720ml 1589円	
3275	中濃ソース 300ml 507円 創健社		3338	すり金ごま(宮崎) 30g 551円			3507	うずまきパウムクーヘン69.5g 242円	4020	デンシーハミガキ 80g 507円 ムソー限定	終	3806	★1箱いのちの雫 25度×12本 18493円	
3276	濃口ソース 300ml 507円 創健社		★考える会オリジナル乾麺	3784	オーガニックレモンスカッシュ 250ml×3 496円		3516	磯辺巻 40g 330円	4035	炭シャンプー 390ml 954円 地の塩		ワイン、自然酒・ビール		
3280	オイスターソース 140g 477円		3386	★手延べそうめん 180g 471円限定	3785	1箱オーガニックレモンスカッシュ 30缶 4792円			4036	詰替・炭シャンプー 350ml 583円 地の塩		3813	自然酒純米吟醸(小)720ml 1998円	
3266	トマトケチャップ(大)チューブ 500g 694円		3387	★お徳用手延べそうめん 180g×5 2330円限定	3745	人参ジュース160g×3缶611円 ひかり無農薬原料			4037	炭リンス 390ml 954円 地の塩		3823	井筒ワイン 赤甘口720ml 1597円	
3267	トマトケチャップ(小)瓶400g 595円		3388	★そうめんふしめん 180g 430円	3746	1箱人参ジュース160g×3缶5930円 無農薬原料		浅漬けの素 漬物	4038	詰替・炭リンス 350ml 583円 地の塩		3824	井筒ワイン 白辛口720ml 1597円在庫限り	休
3269	トマトピューレ320g 501円		3391	★手延べうどん180g 471円	3762	有機野菜飲むならこれ190g×3缶595円		3281	7ヶ月浅漬けの素(ぬか漬け風味) 500ml 617円	4034	ナチュラル石けんはみがきジェル 80g 505円	3825	井筒ワイン ロゼ720ml 1747円	
3299	平飼い鶏の有精卵マヨネーズ 290g 683円 ムソー		3393	★徳用手延べうどん180g×5袋 2330円	3763	1箱有機野菜飲むならこれ 30缶 5770円		3306	本干したくあん 200g 716円 ムソー 限定	4017	石けんシャンプーN(詰替) 400ml 707円	3826	井筒ワイン メルロー辛口720ml 2006円	
3272	胡麻ドレッシング390ml 1080円		3395	★うどんふしめん 180g 430円	3766	オーガニックジンジャーエール250g×3缶 496円			4018	石けんシャンプー-専用リンス(詰替) 400ml 763円	3835	有機栽培ブレイムビール(瓶) 330ml×12本 4233円		
小麦粉・雑穀・豆			麺類	3767	1箱オーガニックジンジャーエール30缶 4792円			4019	泡で出でくるホディソープ(詰替) 1500ml 1346円	4019	別に泡ボトルが必要です	3836	有機栽培ブレイムビール(瓶) 1本 379円	
3047	★ゆうきスター米粉(白米) 300g 491円 限定	休	3362	くず切り 90g 474円 廣八堂	3768	オーガニックぶどうサイダー250g×3缶 496円		ふりかけ・缶詰				9972	手土産ワイン用紙袋 ・1本用 85円	
3048	★ゆうきスター米粉(玄米) 300g 491円 限定	休	3365	国産はるさめ 100g 364円 金正食品	3769	1箱オーガニックぶどうサイダー 30缶 4792円		3325	のり佃煮(瓶)95g 408円 創健社			9973	手土産ワイン用紙袋 ・2本用 160円	
3009	★小麦粉500g 470円 福岡県・久保さん(無農薬) 5円引		3366	ロングパスタ(スパゲッティ)400g 530円	3772	オーガニックぶどうジュース160g 3缶 562円		3304	しそワカメふりかけ(昆布入り)35g 474円		ボックス(太陽油脂)商品	40周年記念イベント手拭い		
3011	★強力粉500g 491円 福岡県・久保さん(無農薬)		3367	ショートパスタ(マカロニ)300g 452円	3773	オーガニックぶどうジュース160g 30缶5450円		3305	えびいりこふりかけ 40g 430円	4041	ボックス石けんハミガキ120g 471円	8996	手拭い 40周年祭記念 グリーン1枚1300円	
3098	北海道産 小豆 200g 509円(無農薬)		3370	醤油らーめん3食 661円 創健社	3780	オーガニックりんごジュース190g 3缶 529円		3326	ペニ花オイルのツナ缶 90g 562円	4042	ハックスナチュロ ハンドクリーム70g 954円	8997	手拭い 40周年祭記念 ピンク1枚1300円	
3075	地だいず 300g 413円	終了	3371	塩らーめん3食 661円 創健社	3781	1箱オーガニックりんごジュース190g 30缶5129円		3327	さば味付け缶 190g 463円 創健社	4043	ハックスナチュロ リップクリーム3.5g 729円		注文随時受付中商品 1週間~2週間納品に時間を頂きます。	
3097	北海道産 黒豆 200g 509円(無農薬)		3372	味噌らーめん3食 661円 創健社	創健社ジュース		3328	いわし味付け缶 100g 430円 創健社	4044	UV(日焼け止め)クリーム45g 1459円		◇マル球産業株式会社		
3311	パン粉 国産小麦粉100%使用 150g 226円		3373	博多風らーめん3食 727円 創健社	3754	丹沢サイダー250ml×3缶 397円		3348	フリーズドライ味噌汁5食674円	4045	ハックス酸素系漂白剤ボトル430g 617円			
3307	純白玉粉 150g 330円 秋田白玉		3374	四川風らーめん3食 777円 創健社				3349	フリーズドライ味噌汁(ほうれん草キャベツ)5食674円	4046	ハックス酸素系漂白剤詰替用500g 617円			
3309	片栗粉 200g 286円 桜井		3368	長崎血うどん 2食入り 364円創健社						化粧品	4086	お茶の力(ティーポットセット) 通常価格25300円 特別価格21780円		
3096	★地大豆きなこ 100g 319円		竹嶋有機農園				本田さんの肥料	4050	つばき油 92g 1683円 坂本製油	4085	スープの力DX 標準価格50600円 期間限定価格46200円			
3314	有機いりごま・白80g(エジプト産) 330円		3751	りんごジュース(瓶)1L 997円(竹嶋りんご)				4051	スキンコンディショニングオイル30ml 1250円	4064	馬油(液状)55ml 1966円 ソンバーク	4096	スーパーカッター力くん 標準価格36300円 期間限定価格31900円	
3294	国産有機大豆(北海道産) 200g マルシマ462円		3752	りんごジュース(瓶)2本セット1L×2本 1958円			4109	★これ一つで野菜が作れる配合肥料 5kg/5㎡分 1540円	4053	★へちま水(原液)300ml 855円				
			3753	箱入りりんごジュースびん入り 1L×6 5798円										

縦合計 ()

richesse de la nature

畑ト台所 H-farm より月に一度のご予約注文です

月に一度 ご注文をお伺いをして おひとつおひとつ
召し上がって下さる方のお顔を思い浮かべながらお作りをしてお届けをします

シンプルな材料で丁寧を作る

わが家の畑から収穫をした農薬や化学肥料を使わずに育った季節の元気なお野菜やハーブ
こだわって作られた調味料や材料を使い作ります

【青一味】 13g / 907円

青唐辛子の一味 赤唐辛子に比べてすっきりとした辛さが特徴です
麺類やお味噌汁などに一振りして 辛いものが好きな方へお薦めです

(無農薬唐辛子)

【グルテンフリーグラノーラ ココナッツ】 120g / 1207円

リピートして下さる方が多く私も大好きなグラノーラです
甘さ控えめでそのままポリポリお召し上がりいただいたり
アイスクリームやヨーグルトなどのトッピングにもおすすめです
オーガニックの材料を贅沢に使用して作っています

(有機オーツ 有機胡桃 有機カシューナッツ 有機ココナッツ 有機砂糖
無農薬米粉 菜種白絞め油)

【花茶】 10g / 1509円

お花の持つ癒し効果でほっと一息リラックス時間をお過ごしくださいね
レモングラスの爽やかさとホーリーバジルの素晴らしい効能を合わせ
カレンデュラやジニアの花びらが見た目にも華やかで
ギフトにもピッタリなハーブティーです

(無農薬レモングラス 無農薬ホーリーバジル 無農薬カレンデュラ 無農薬ジニア)

【ハーブティー ホーリーバジル】 10g/ 1509円

畑で少し触れるだけであたり一面を甘い香りで包んでくれるホーリーバジル
沢山の効能が期待できることで有名ですが
なかでも直接ストレスに働きかける数少ない「アダプトゲンハーブ」
抗ストレス作用により日々の気持ちをサポートしてくれ
自律神経のバランスを整えてくれることから
バランスを崩したことが原因でおこる不調にも優しくケアしてくれる
とても頼れるハーブです

(無農薬ホーリーバジル)

ご注文をいただいてから製造をしてお届けいたしますので
お届けまで少しお時間をいただきますが
どうぞ楽しみにお待ちください

お好きな方へお届けができ喜んでいただけますように

No.42

グループ名	組員番号	組員名	注文数

配送日	火コース 10/28	金コース 10/31	提出日	火コース 10/7	金コース 10/10
-----	------------	------------	-----	-----------	------------

※配送日にご注意下さい

畑ト台所 H-farm 予約注文受付書

商品番号	商品名	価格	注文数
2529	青一味 13 g	907円	
2506	グルテンフリーグラノーラ ココナッツ 120 g	1207円	
2531	花茶 10 g	1509円	
2532	ハーブティー ホーリーバジル 10 g	1509円	

井筒 生ワイン予約 (年1回企画)

配送日

12月上旬予定

提出日

火コース 10/7

金コース 10/10



生ワインとは

通常ワインをびん詰めする際、ワインの中に残留している酵母菌をフィルターなどで濾過するかパステライズ（低温殺菌もしくは火入れ）をします。このまま酵母菌と一緒に瓶詰めしておくとう元気な酵母菌が糖分を食べ尽くして、スパークリングワインになってしまうからです。

ところが生のまま瓶詰めしたワインは、濁りや澱、微炭酸、そして体にやさしい酵素も含まれ、通常のワインとはまったく違ったフレッシュな味わい、フルーティーな香りを楽しむことができます。

コンコード【赤】

フレッシュなブルーベリーを思わせる弾むような果実感。ランチでのいっぱいや赤ワインが苦手な方にもおすすめしたい、ジューシーでさわやかな1本。

ナイヤガラ【白】

マスカットやリンゴの果実味&ヨーグルトのようなまろやかさのバランスが絶妙。甘口ながら深みとコクがあり、魚料理や冬のお鍋に合わせても。

	商 品 名	注文数	価格(税込)
5852	2025年 井筒 生ワイン 赤(やや甘口) 720ml		1,994
5854	2025年 井筒 生ワイン 白(やや甘口) 720ml		1,994

No.42 特別注文書-B

グループ名	組合員番号	組合員名	注文数
-------	-------	------	-----

オーサワ 冷蔵品カタログ

提出日 火コース 10/7 金コース 10/10

配送日 火コース 10/21 金コース 10/24

季節商品のため、在庫終了の場合はお届けできないこともあります

商品No.		商 品 名	数	価格
★麺類				
5301	7701	オーサワのベジ生ラーメン(しょうゆ) 284 g		648
5302	7702	オーサワのベジ生ラーメン(みそ) 296 g		648
5303	7705	オーサワのベジ生ラーメン(しお) 284 g		648
5184	7706	オーサワのベジ生ラーメン(坦々麺) 324 g		788
5304	7703	オーサワのベジ生ラーメン(ごまみそ) 298 g		648
5174	7704	オーサワのベジ冷し中華・ごまだれ 生麺 320 g(うち麺110 g×2)	休止	702
5173	7707	オーサワのベジ冷し中華・醤油だれ 生麺 302 g(うち麺110g×2)	休止	648
5305	7700	オーサワのやきそば(蒸し麺) 150 g		216
★調味料 佃煮 海藻類 海産物 加工食品				
5306	7715	有機白みそ 500 g		864
5355	7831	有機しょうがだけ(高知産有機生姜100%) 50g		561
5307	7771	しその実昆布・佃煮 100 g		513
5308	7772	ごま昆布・佃煮 100 g		486
5310	7753	鳴門海峡漁師のわかめ(湯通し塩蔵茎付ワカメ) 100 g		442
5356	7913	国産ちりめん 40 g NEW		386
5312	7912	国産釜揚げしらす(木村海産) 40 g(20 g×2)		232
5313	7890	国産釜あげしらす 50 g(25 g×2)	休止	367
5314	7739	おさかなソーセージ 90 g(45 g×2本)		345
5315	7774	揚げごぼうの甘酢漬 80 g		561
5316	7732	味付いなりあげ 6枚		397
5338	7733	北海道産小麦使用 ちくわぶ 再開		237
5317	7734	京なま麩(プレーン・よもぎ) 100 g		626
5318	7730	とろゆば 180 g		734
5319	7849	本さしみゆば 180 g		810
	7856	国産有機なめらか絹豆腐 240 g	取り扱いません	220
	7853	水切り押し豆腐 220 g	取り扱いません	372
5320	7857	有機酒粕 200 g	休止	712
5349	7854	有機みりん粕 200 g 再開(4月中旬～数量限定品)	休止	820
5321	7864	お好み角てん 360 g 再開(4月～9月限定品)	休止	200
5322	7791	ANP71・お米の発酵飲料 150 g		324
5323	7797	ANP71・お米の発行飲料ブルーベリー 150 g		345
5324	7940	KURAKON HUMMUS ORIGINAL 80 g		321
5325	7945	とかち野酵母(冷蔵) 100 g		950
5348	7819	オーサワのヴィーガンキムチ 250g		496
5354	7820	糎べったら漬1本 (145g以上)	休止	604
★チョコレート				
5326	7896	スペリアダークチョコレート 100% 80g		1,058
5327	7880	ファインダークチョコレート 99% 80g		993
5328	7878	ファインダークチョコレート 92% 80g		993
5329	7879	ファインダークチョコレート 75% 80g		918
5330	7901	ダークチョコレート グランベリー 100g		918
5331	7898	ダークチョコレート オレンジ 100g		918
5352	7899	塩キャラメルチョコレート 80g		918
5353	7900	塩チョコレート 75% 80g		918

No.42 特別注文書-B

グループ名	組員番号	組員名	注文数
-------	------	-----	-----

創健社お菓子 ジロロモーニシリーズ

配送日 火コース 10/21 金コース 10/24

提出日 火コース 10/7 金コース

お菓子 カレー シチュー他

商品No.	商品名	数	価格
5540	ビッグアーモンドチョコレート400g	休止	2,355
5541	ミルクチョコレート 70g	休止	497
5520	動物園のビスケット 70g×5袋		1,080
5521	きらきら星のおせんべい 40g×5袋		1,080
5522	たまごのポーロ 25g×10袋		1,188
5524	手作り農場白胡麻(玄米せんべい) 100g		356
5525	手作り農場黒胡麻(玄米せんべい) 100g		356
5526	五穀せんべい しお味 90g		378
5527	五穀せんべい しょうゆ味 90g		378
5528	玄米このは うす塩味 80g		389
5530	大粒 柿の種 120g		674
5531	ポテトチップス バター醤油味 60g		221
5532	ポテトチップス 野菜コンソメ味 60g		221
5537	ポテトチップス うす塩味60g		221
5533	有機栽培 くるみ 45g		638
5535	有機栽培 プルーン(種ぬき) 110g		616
5598	奄美 蜜すもも餅 8個入り(120g)		454
5599	奄美 黒糖じょうひ餅 120g		454
ドレッシング、有機ソース、有機カレールウ			
5583	新・プレミアム春夏秋冬だしの素 500ml		810
5555	有精卵シーザードレッシング180ml		454
5542	金笛 胡麻ドレッシング 230ml		810
5556	有機プレミアムソース 200ml		648
5573	くせになるこだわりのオイル&コンチー110g		691
5557	ひよこ豆粉のカレールウ(中辛)110g		518
5559	ひよこ豆粉のシチュールウ 110g		540
5534	グルメカレー(中辛)115g		443
5546	インドカレー(辛口)115g		443
5571	マイルドカレー(甘口)115g		443
5666	有機ハヤシライス 100g		605
5551	植物素材のキーマ風カレー(レトルト)170g		519
5580	植物素材のバターチキン風カレー(レトルト)170g		573
5579	植物素材のハヤシライス風ソース(レトルト)150g		573
5552	ベジタブルカレー(レトルト・中辛) 210g		389
5553	ベジタブルカレー(レトルト・甘口) 210g		389
5550	植物素材の*ローセ*風パスタソース(レトルト)140g		486

ジロロモーニ

商品No.	商品名	数	価格
5539	業務用有機エキストラヴァージンオリーブオイル 3ℓ		17,172
3278	エキストラヴァージンオリーブオイル250ml 定例注文書でご注文ください		1,836
5510	(徳用)有機エキストラヴァージンオリーブオイル500ml		3,348
5511	有機バルサミコ酢 250ml		2,106
5584	有機白ぶどう酢 250ml		2,106
5523	デュラム小麦 有機フジッリトリコロール 250g		497
5506	デュラム小麦 有機フジッリ 250g		410
5515	デュラム小麦 有機ファルファツレ250g		410
5504	デュラム小麦 有機ペンネ 250g		410
5505	全粒粉デュラム小麦 有機ペンネ250g		410
5516	デュラム小麦有機スパゲッティニ500g(1.4mm)		570
5501	デュラム小麦 有機スパゲッティ500g(1.7mm)		570
5502	全粒粉デュラム小麦 有機スパゲッティ500g(1.7mm)		570
5514	デュラム小麦有機スパゲットニ500g(2.1mm)		570
5517	デュラム小麦有機リングイネ 500g (3mm)		570
5519	デュラム小麦有機スパゲッティセミツェラレ500g(1.7mm)		570
5503	古代小麦グラツィエラ・ラ有機スパゲッティセミツェラレ400g(1.8mm)		637
5591	有機ホールトマト缶 400g		270
5590	有機ダイストマト缶 400g		270
5518	有機トマトケチャップ 300g		476
5507	有機トマトピューレ バジル葉入り350g	休止	529
5508	有機パスタソース トマト&バジル 300g	休止	745
5512	有機パスタソース トマト&ナス 300g		745
5509	有機パスタソース アラビアータ300g		745
5513	有機パスタソース トマト&ズッキーニ300g		745
5581	地中海の天日塩 700g		454
5582	地中海の天日塩さらさらtype 200g		357
5544	熟成発酵黒にんにく(ほぐし) 130g		2,030
5545	お徳用・熟成発酵黒にんにく(ほぐし)303g		4,104
5548	さば水煮缶 190g		443
5664	さば味噌煮缶 190g		432
5665	さばカレー煮缶 190g		454